



No: skrps/mpi/ftk/Uin.195/21

REINFORCEMENT TEORI RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY ALBERT ELLIS DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI

Skripsi

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar Sarjana S1
pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam**



Disusun oleh

**ABDULLAH AL MUBARAK
NIM. 11613102869**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1442 H/2021 M**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

REINFORCEMENT TEORI RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY ALBERT ELLIS DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI

Skripsi



Disusun oleh

**ABDULLAH AL MUBARAK
NIM. 11613102869**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU
1442 H/2021 M**



PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri yang ditulis oleh Abdullah Al Mubarak, NIM.11613102869 dapat diterima dan desetujui untuk diujikan dalam sidang Munaqasah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 21 Dzulqa'idah 1442H
02 Juli 2021 M

Menyetujui

Pembimbing

Ketua Jurusan
Manajemen Pendidikan Islam

Dr. Asmuri, S.Ag., M.Ag

Dr. H. Muslim Affandi, M.Pd

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



PENGESAHAN

Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri yang ditulis oleh Abdullah Al Mubarak, NIM. 11613102869. Telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 6 Dzulhijah 1442 / 16 Juli 2021. Skripsi ini dinyatakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada program Manajemen Pendidikan Islam.

Pekanbaru, 06 Zulhijah 1442 H
16 Juli 2021 M

Pengesahan Sidang Munaqasyah

Penguji I

Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons

Penguji II

Suci Habibah, M.Pd

Penguji III

Dr. Riswani, M Ed

Penguji IV

Mhd. Subhan, S.Pd., M.Ed., CH.,ChI

Dekan

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Dr. Kadar, M. Ag.

NIP. 19650521 199402 1 001

1. Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 - a. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 - b. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
3. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “*Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri”. Skripsi ini merupakan hasil karya ilmiah yang ditulis untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan Konseling Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Skripsi ini dapat penulis selesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Terutama keluarga besar penulis, khususnya yang penulis cintai, sayangi dan hormati, yaitu Ayahanda Zulkifli dan Ibunda Arnizar selaku orang tua, Aisyah Ashshalihah selaku kakak, Muhammad Zaki Al-Asraf Selaku , Muhammad Fadhil selaku , Nurul Izzah Munirah , Muhammad Arif hakim , Muhammad Azzam asysyauqi (selaku adik) yang dengan tulus dan tiada henti memberikan do’a, dukungan, dan inspirasi sepenuh hati selama penulis menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd., selaku Pembimbing Skripsi yang senantiasa memberikan bantuan, arahan, bimbingan serta motivasi yang bermanfaat bagi penulis dari awal hingga selesainya penulisan skripsi ini.

Selain itu pada kesempatan ini penulis juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Khairunnas Rajab M.Ag Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Dr. Drs. H Suryan A. Jamrah, M.A Wakil Rektor 1, Dr. Kushnadi, MPd Wakil Rektor II dan Drs. H. Promadi, M.A.Ph.D Wakil Rektor III beserta semua Staf Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Dr. Kadar, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Dr. H. Zarkasih, M.A selaku Wakil Dekan I, Dr. Zubaidah Amir MZ, S.Pd. M.Pd, selaku Wakil Dekan II, Dr. Amirah Diniaty, M.Pd. Kons, selaku Wakil Dekan



III Beserta semua staf Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Staf Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

1. Perang mengutip sekilas atau seluruh karya tulis in tanpa mencantumkan hak cipta Dilindungi Undang-Undang
2. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
3. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
4. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dr. Asmuri, S.Ag., M.Ag., selaku Ketua Jurusan Manajemen Pendidikan Islam dan Dr. Nasrul Hs, S.Pd.I., MA, selaku Sekretaris Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd., selaku pembimbing skripsi yang senantiasa memberikan bantuan, arahan, bimbingan serta motivasi yang bermanfaat bagi penulis dari awal hingga selesainya penulisan skripsi ini

Dr. Afriza, S.Ag., M.Pd selaku Penasehat Akademik penulis yang telah memberi nasehat serta membimbing penulis selama belajar di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan ilmu pengetahuannya sehingga memperkaya pengetahuan penulis beserta staf yang telah memberikan bantuan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Seluruh Dosen Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberikan ilmu kepada penulis selama penulis duduk dibangku perkuliahan.

Seluruh keluarga besar BK A angkatan 2016, KKN, PPL, Komunitas Jejak Langkah dan kepada sahabat-sahabat serta teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih telah memberikan motivasi, semangat, inspirasi dan pengalaman baru selama penulis kuliah di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

10. Dan untuk semua kerabat yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah memberikan motivasi, inspirasi dan pengalaman baru selama di Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau



UIN SUSKA RIAU

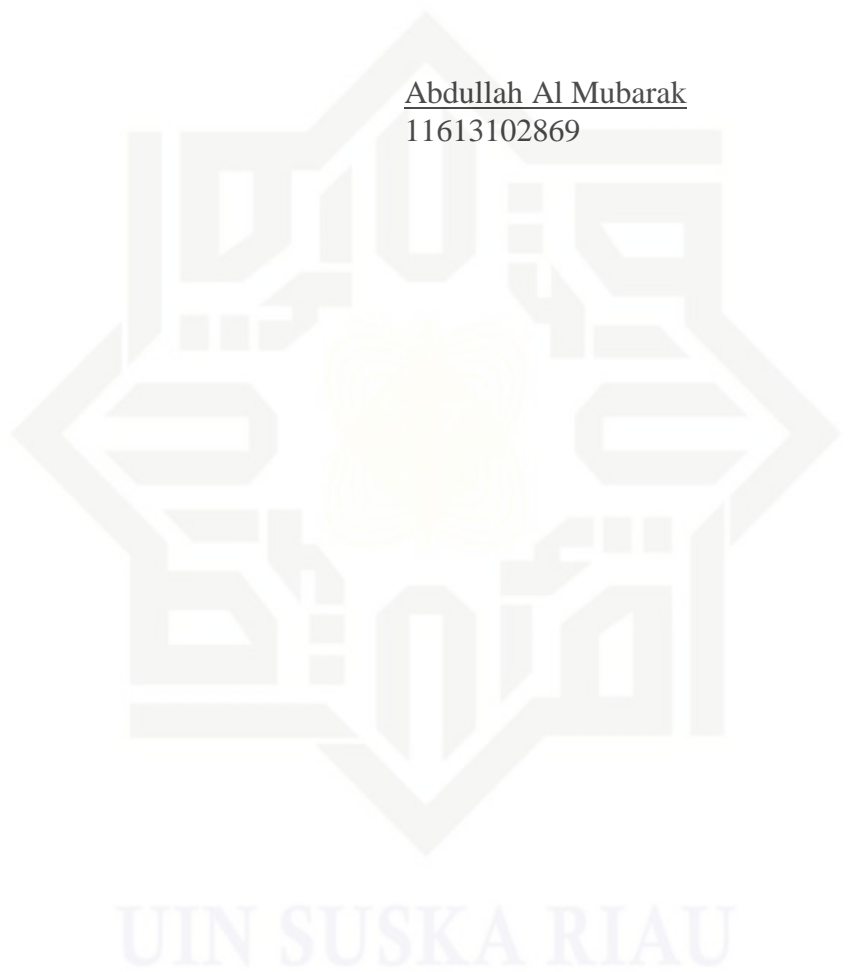
- Halaman 1
2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Penulis berdo'a semoga bantuan dan bimbingan yang diberikan kepada penulis akan mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dan menjadi amal jariyah di sisi Allah SWT. *Aamiin yaa robbal'aalamiin*

Pekanbaru, Juli 2021

Penulis

Abdullah Al Mubarak
11613102869





PERSEMBAHAN



Syukur Alhamdulillah adalah sebuah kata sederhana yang ku ucapkan

Pada sang pencipta alam semesta

Yang menghadirkan ribuan orang didalam perjalanan hidupku

Sebagai penguat Ketika aku berada dititik klemahan.

Atas izin dan kehendakmu yang maha pengasih lagi maha penyayang, limpahilah rahmat dan berkahnya atas mereka semua, sebagaimana engkau memberi rahmat dan berkahnya kepada ku dan keluargaku.

Segala puji bagi mu ya Allah

Sepenuh langit dan bumi ku titipkan masa depanku, rezekiku, ibadahku, hidup dan matiku semata hanya untuk Allah, Tuhan seru sekalian alam.

Alhamdulillah.....

Amanah ini usai sudah dengan berbagai suka dan duka

Serta do'a, usaha dan kesabaran yang mengiringi

Ayah-Bunda tercinta.....

Terima kasih atas kasih yang engkau beri

Tanpa pamrih dan belas kasih,

Hal yang paling berharga bagi hidup ku

adalah Do'a dan izin ku atas restu mu,

posisi mu bukan sebagai penyempurna kebahagiaanku

melainkan kesempurnaan utama bagi hidupku.

Tiada kasih seindah kasihmu

Tiada cinta semurni cintamu

Semoga aku bisa memberikan yang terbaik untuk mu.

Aamiin aamiin ya rabbal 'Alamiin

Dengan rasa syukur yang teramat dalam,

Penulis persembahkan sebuah karya yang sederhana ini untuk semua yang tercinta...

Abi, Umi, Kakak, Adik-adik beserta keluarga besar yang penulis sayangi,

Terima kasih kepada ayahanda Zulkifli, terimakasih untuk waktu, do'a dan nasihat abo, semoga abi sehat selalu dan dipanjangkan umurnya al sayang abi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya tulisan ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Terima kasih kepada Umi tercinta Ar-nizar, kasih sayang ibu sepanjang masa, tidak ada yang menyayangiku setulus ibu.

Dan terima kasih kepada Kakak ku Aisyah Ashsalihah, dan Adik-adik ku yaitu zaki, fadhil, izzah, arif, azzam yang telah banyak memberikan ku semangat dan bahagia serta termotivasi.

Terima kasih kepada keluarga besar penulis yang tanpa kalian penulis tidak akan bisa seperti ini, yang telah mengajarkan kepada penulis tentang semangat menjalani kehidupan. Semoga dengan gelar ini membuat kalian bangga dan bahagia. Semoga juga penulis bisa membahagiakan kalian hingga ke jannah. Aamiin...

Teruntuk Sahabat, Abang, Kakak, Adik serta Teman-teman semuanya yang pernah bercanda tawa bersama yang penulis sayangi dan banggakan serta para dosen yang telah memberikan berbagai macam bekal ilmu pengetahuan kepada penulis....

Penulis ucapkan yang tak terhingga kepada kalian semua, yang telah memberikan kasih sayang, do'a, dukungan maupun motivasi.

Belajarlah untuk selalu sabar dan tawakkal kepada Allah Swt.
Dia Maha Mengetahui segala isi hati.
(Q.S. Al-Mulk : 13)

Abdullah Almubarak
Sepucuk surat untuk mereka
juli 2021



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Himpunan Cipta Milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Abdullah Al Mubarak, (2021): *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif (*Library Research*) atau kajian pustaka. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer salah satunya yaitu menggunakan buku Andi mappiare. 2011. *Pengantar Konseling dan Psikologi* dan data skunder menggunakan jurnal dan buku salah satunya buku Bradley T. Eford. 2016. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, Syamsu Yusuf. 2016. *Konseling Individual*. Hasil penelitian yang dapat peneliti simpulkan yaitu Percaya Diri menurut Albert Ellis adalah meyakini kemampuan diri sendiri dengan cara berfikir rasional, sehingga mengubah cara pandangnya terhadap dirinya sendiri untuk selalu berfikir positif. *Reinforcement teori Rational Emotive Behaviour Therapy* dalam bimbingan Kelompok dapat meningkatkan percaya diri melalui teknik ABCDE.

Kata Kunci: *Reinforcement Rational Emotive Behaviour Therapy, Bimbingan kelompok, Percaya Diri*



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip atau menyalin dalam bentuk apa pun untuk tujuan komersial tanpa izin UIN Suska Riau.
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRACT

Abdullah Al Mubarak, (2021): Reinforcement Theory of Albert Ellis Rational Emotive Behavior Therapy of Group Guidance Service in Increasing Self-Confidence

This research aimed at determining reinforcement theory of Albert Ellis Rational Emotive Behavior Therapy of Group Guidance service in increasing self-confidence. Qualitative approach (Library Research) was used in this research. Primary data sources were used in this research, one of which was using *Pengantar Konseling dan Psikologi* book created by Andi Mappiare in 2011, and secondary data were using journals and books, two of which *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* book created by Bradley T. Eford in 2016, *Konseling Individual* created by Syamsu Yusuf in 2016. The research findings that the researcher could conclude were self-confidence according to Albert Ellis was believing in their own abilities by thinking rationally, thus changing the way they viewed themselves to always think positively. Reinforcement theory of Rational Emotive Behavior Therapy of Group Guidance service could increase self-confidence through ABCDE technique.

Keywords: *Reinforcement Rational Emotive Behavior Therapy, Group Guidance Service, Self-Confidence*



ملخص

عبد الله المبارك، (٢٠٢١): تعزيز النظرية العقلانية للسلوك الانفعالي علاج ألبرت إليس في خدمات الاستشارة لزيادة الثقة بالنفس

هذا البحث يهدف إلى معرفة تعزيز النظرية العقلانية للسلوك الانفعالي علاج ألبرت إليس في خدمات الاستشارة لزيادة الثقة بالنفس. وهذا البحث يستخدم المدخل الكيفي للبحث المكتبي. ومصادر البيانات تنقسم إلى مصادر أساسية منها كتاب أندي مابارا ٢٠١١، مقدمة في الإرشاد وعلم النفس. ومصادر ثانوية منها مجلات وكتاب برادلي تي إفورد، ٢٠١٦، ٤٠، تقنية يجب أن يعرفها كل مستشار، شمس يوسف، ٢٠١٦، الاستشارة الفردية. ومن نتيجة البحث استنتج الباحث أن الثقة بالنفس عند ألبرت إليس هي أن يؤمن أحد بقدراته الفردية من خلال التفكير بعقلانية، وبالتالي تغيير الطريقة التي يرى بها نفسه ليفكر بشكل إيجابي دائما. وتعزيز النظرية العقلانية للسلوك الانفعالي يرقى الثقة بالنفس من خلال تقنية أ ب ج د.

الكلمات الأساسية: تعزيز النظرية العقلانية للسلوك الانفعالي، الثقة بالنفس.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR ISI

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.	PERSETUJUAN	i
	PENGESAHAN	ii
	KATA PENGANTAR	iii
	PERSEMBAHAN	vi
	ABSTRAK	viii
	DAFTAR ISI	xi
	DAFTAR LAMPIRAN	xii
	BAB I PENDAHULUAN	
	A. Latar Belakang	1
	B. Alasan Memilih Judul	7
	C. Penegasan Istilah	8
	D. Permasalahan	9
	E. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
	BAB II KAJIAN TEORITIS	
	A. Kerangka Teori	14
	1. <i>Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy</i>	14
	2. Bimbingan Kelompok	19
	3. Percaya Diri	22
	B. Penelitian Relevan	29
	BAB III METODE PENELITIAN	
	A. Pendekatan	33
	B. Sumber Data	33
	C. Teknik Pengumpulan Data	35
	D. Teknik analisis Data	35
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. <i>Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy</i> Albet Ellis dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri	38
	B. Proses <i>Teori Rational Emotive Behaviour Therapy</i> terhadap Rasa Percaya Diri	50
	BAB V PENUTUP	
	A. Kesimpulan	53
	B. Saran	54
	DAFTAR PUSTAKA	
	LAMPIRAN	
	RIWAYAT PENULIS	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keterangan Pembimbing dan Perpanjang SK Pembimbing
 - Lampiran 2 Pengesahan Perbaikan Ujian Proposal
 - Lampiran 3 Blanko Kegiatan Bimbingan
 - Lampiran 4 Surat Izin Pra Riset
- Halaman ini merupakan bagian dari dokumen yang diterbitkan oleh UIN Suska Riau. Dokumen ini adalah hak cipta milik UIN Suska Riau. Dokumen ini tidak boleh disebarluaskan atau digunakan untuk tujuan lain tanpa izin UIN Suska Riau.
1. Dilarang mengutip atau menyalin sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan jalan yang terbaik untuk membangun kecerdasan dan kepribadian manusia untuk menjadi lebih baik. Untuk membangun kecerdasan juga membutuhkan perubahan pada kepribadian manusia, maka pendidikan karakter sangat penting untuk dikembangkan. Menurut UU No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang berbunyi: Pendidikan nasional bertujuan mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.¹

Pendidikan dalam pengertian yang luas merupakan kegiatan yang meliputi semua perubahan atau usaha dari generasi lebih meningkatkan pengetahuan dan pengalaman untuk mengalihkan pengetahuan, pengalaman serta keterampilan nya kepada generasi yang tingkat pengetahuan nya lebih rendah. Pendidikan memiliki fungsi sebagai salah satu cara dalam menyikapi generasi yang lebih muda agar dapat memenuhi fungsi hidupnya baik secara jasmani maupunpun secara rohani. Salah satu lembaga untuk melaksanakan

¹ UU Nomor. 20 tentang Pendidikan Nasional , (Jakarta: Depdinas, 2003), hlm 23



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pendidikan adalah sekolah dimana peserta didik menimba ilmu serta mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya. dalam perkembangannya tentu saja tidak akan pernah terlepas dari permasalahan, baik permasalahan pribadi maupun permasalahan sosial. Keberhasilan pelayanan bimbingan dan konseling dapat dilihat dari perubahan perilaku remaja yang ditunjukkan kearah yang lebih positif, salah satu contoh perubahan yang diharapkan adalah meningkatnya percaya diri individu.

Percaya diri menjadi bagian penting perkembangan keperibadian seseorang sebagai penentu seseorang bersikap dan bertindak laku serta sebagai penentu keberhasilan dalam belajar. Rasa percaya diri penting, karena tanpa percaya diri peserta didik akan sulit mencapai prestasi belajar yang optimal. Individu yang memiliki rasa percaya diri dalam belajar akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari bakat, keterampilan, keahlian pada dirinya, tidak mudah terpengaruh oleh ucapan maupun perbuatan orang lain, selalu menghindari ketergantungan diri, berperilaku mantap dalam melaksanakan pekerjaan sehari-hari sehingga bertindak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.²

Dalam Islam, masalah kepercayaan diri sangat penting untuk diperhatikan karena hal tersebut terkait dengan masalah keyakinan dan kepercayaan. Di dalam surat Ali- Imran ayat 139, Allah berfirman :

² Pupu Fathurrohman dkk, *Pengembangan Pendidikan Karakter* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hlm. 139



وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman”. (Q.S Ali-imran: 139).³

Membangun dan membina kepercayaan diri seseorang sangat penting, khusus nya remaja yang berada dalam keraguan-raguan, minder. Masalah awal pada remaja yang paling menonjol adalah menyangkut kepercayaan diri yang belum terbangun, karena masih membawa sifat dan kebiasaan masa kanak-kanak yang dalam dan berhubungan dengan faktor mental yang belum siap . biasa ditandai dengan banyak diam , ragu-ragu, minder, kurang percaya diri dalam mengambil keputusan. Pelaksanaan proses belajar mengajar tentu tidak selamanya dengan baik dan lancar, ada beberapa hal yang menjadi penghambat kelancaran peroses belajar mengajar salah satunya adalah kurangnya percaya diri siswa. Percaya diri dapat meningkatkan keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan termasuk dalam kegiatan belajar dan pada pembentukan pribadi siswa untuk selalu berprestasi dan tidak putus asa dalam menemukan dan menyelesaikan suatu kesulitan.

Kegiatan belajar mengajar membutuhkan kepercayaan diri agar peserta didik lebih semangat, terampil dan aktif dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar agar tercapainya tujuan-tujuan belajar. Percaya diri memegang peranan penting agar peserta didik aktif dan semangat dalam belajar, sehingga remaja yang mempunyai kepercayaan diri tinggi dan

³ Al-Quran dan Terjemahnya, Diponegoro, Bandung, hlm. 57



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki energi banyak untuk melakukan kegiatan belajar. Dilihat dari sudut pandang pendidikan, rasa percaya diri sangat menunjang individu untuk memaksimalkan kemampuan yang dimiliki sehingga terhindar dari rasa ragu-ragu yang sering mengganggu. Percaya diri adalah kepercayaan yang muncul dari dalam diri kita sendiri yang bisa menumbuhkan semangat untuk lebih terampil dalam mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya.

Dilihat dari sudut Bimbingan dan Konseling, siswa yang kurang percaya diri akan merasa sangat kesulitan dalam berkomunikasi dengan lawan bicara, yang sering terjadi, mereka sering banyak salah ucap dalam berbicara. Peserta didik yang mengalami kurang percaya diri akan menjadi tanggung jawab guru BK dalam penyelesaian masalah yang dialami individu tersebut. Setiap anak terlahir dengan potensi yang unik dan beragam. Masing-masing mereka memiliki kepercayaan diri yang berbeda antara satu dengan yang lain. Seiring proses belajarnya, kepercayaan diri yang dimiliki seorang anak akan berpengaruh terhadap proses belajarnya. Ada anak yang memiliki kepercayaan diri tinggi sehingga dapat menempuh kegiatan belajar dan berhasil namun, tidak sedikit pulak peserta didik yang tidak memiliki kepercayaan diri atau memiliki kepercayaan diri rendah sehingga prestasi belajarnya rendah.

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi percaya diri yaitu :

1. Selalu ragu dalam mengerjakan tugas
2. Tidak berani berbicara jika tidak mendapat dukungan
3. Menutup diri



4. Cenderung menghindari situasi komunikasi

5. Menarik diri dari lingkungan

6. Menjadi agresif

7. Sulit bersosialisai dengan lingkungan sekitar⁴

Perkembangan peserta didik di antaranya: perkembangan fisik, perkembangan emosional, dan juga bermuara pada perkembangan intelektualnya. Perkembangan fisik dan perkembangan sosial sangat berkontribusi terhadap perkembangan intelektual, perkembangan mental dan perkembangan kognitif peserta didik. Pemahaman terhadap peserta didik sangat diperlukan untuk merancang pembelajaran yang kondusif yang akan dilaksanakan. Dengan rancangan pembelajaran yang kondusif akan mampu meningkatkan motivasi belajar peserta didik sehingga mampu meningkatkan proses dan hasil pembelajaran yang diinginkan agar pembelajaran berjalan dengan baik dan efektif.

Kegagalan peserta didik dalam belajar tidak selalu disebabkan kebodohan atau rendahnya pengetahuan peserta didik, tapi kegagalan tersebut terjadi karena masalah mental yang dihadapi peserta didik seperti kurangnya bersosialisai di lingkungan sekitar dan terlalu takut dalam menghadapi pembelajaran dan adanya ketidakpercayaan diri.

Rendahnya percaya diri dapat mengakibatkan menurunnya prestasi akademik peserta didik. Sehingga proses pembelajaran tidak mendapatkan hasil yang efektif. Dalam kondisi layanan konseling yang memfokuskan

⁴ Emria fitri, dkk.” Jurnal pendidikan indonesia: profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhinya”, universitas negeri padang, vol. 4 no. 1 ISSN 2502-8103, 2018, hlm.2



Hak cipta dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kegiatannya dalam membantu peserta didik secara pribadi agar mereka dapat berhasil dalam proses pendidikan yang sedang ditempuhnya.

Kurangnya percaya diri dapat menyebabkan kebiasaan yang kurang baik, adapun gejala-gejala sebagai berikut:

1. Sebagian peserta didik ragu dalam mengerjakan tugas
2. Kurang berani dalam mengemukakan pendapat
3. Cenderung menghindari komunikasi dengan orang lain

Dengan melalui program layanan konseling yang baik, maka setiap peserta didik diharapkan mendapatkan kesempatan untuk mengembangkan setiap potensi yang dimilikinya seoptimal mungkin, sehingga mereka dapat menemukan kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial. Dengan demikian dapat juga dikatakan bahwa program layanan konseling berusaha untuk dapat mempertemukan antara kemampuan individu dengan cita-citanya serta dengan situasi dan kebutuhan masyarakat.⁵

Layanan bimbingan konseling memiliki banyak teori dan teknik yang dapat dijadikan landasan dalam melakukan konseling salah satunya yaitu *Reinforcement* teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albert Ellis. Untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik dapat menggunakan *Reinforcement* teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albert Ellis, yaitu dengan mengubah pola pikir negatif menjadi positif dengan memberikan penguatan positif pada peserta didik

⁵Hallen A. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*. (Jakarta : Ciputat Pers.2002). hlm. 39



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dengan menggunakan *Reinforcement* teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albert Ellis dapat membantu mengatasi kepercayaan diri yang rendah, karena *Reinforcement* teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albert Ellis memberikan penguatan yang dapat menimbulkan rasa percaya diri peserta didik dalam belajar. Upaya guru bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik sudah cukup baik yaitu dengan diberikannya penguatan positif (*Reinforcement*), seperti memberikan pujian dan hadiah pada anak-anak yang berprestasi. Namun, hal ini belum membuat peserta didik maksimal dalam meningkatkan rasa percaya diri. Dalam hal ini layanan konseling mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kepercayaan diri individu yang rendah.

Berdasarkan gejala-gejala di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “*Reinforcement* Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok unruk Meningkatkan Percaya Diri”.

B. Alasan Memilih Judul

Adapun alasan penulis memilih judul di atas adalah:

1. Persoalan-persoalan yang dikaji dalam judul di atas sesuai dengan bidang ilmu yang penulis pelajari, yaitu bimbingan konseling.
2. Masalah-masalah yang dikaji dalam judul di atas, penulis mampu untuk menelitinya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Sepanjang pengetahuan peneliti, masalah ini belum pernah di teliti oleh peneliti.

C. Penegasan Istilah

Untuk menghindari kesalah pahaman terhadap penelitian ini, penulis perlu menjelaskan istilah yang digunakan agar tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda terkait dengan judul penelitian ini adalah:

1. Teknik *Reinforcement*

Teknik *Reinforcement* yaitu teknik yang digunakan untuk mendorong klien kearah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun (*punishment hukuman*)⁶ *Rational emotive behaviour therapy* adalah suatu usaha untuk menghilangkan pemikiran-pemikiran irasional atau tidak logis, dengan mengubah pemikiran irasional menjadi pemikiran yang rasional atau logis melalui pertentangan, perdebatan, dan mempertanyakan hal-hal yang berkaitan dengan keyakinan konseli.⁷

2. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu cara untuk memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Tujuannya untuk pengembangan kemampuan bersosialisai khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (peserta didik) dan secara khusus bimbingan kelompok ini bertujuan untuk

⁶ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011)) hlm. 175

⁷ Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011), hlm. 157



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mendorong pengembangan perasaan pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku lebih efektif, yakni peningkatan komunikasi verbal ataupun non verbal terhadap individu.⁸

3. Percaya diri

Percaya diri adalah sebetulnya kepercayaan terhadap diri secara mutlak. Namun belakangan ini baru terungkap bahwa definisi ini masih kurang mengakomodasikan resensi sesungguhnya dari terminologi rasa percaya diri. Sedangkan definisi yang benar, sekali pun tidak banyak banyak mendapat perhatian orang, padahal secara ilmiah sudah tepat adalah bahwa "rasa percaya diri adalah sebetulnya keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa."⁹

D. Permasalahan

1. Identifikasi Masalah

Sebagaimana yang telah dipaparkan di latar belakang masalah bahwa persoalan pokok kajian ini adalah *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albert Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri berdasarkan persoalan pokok tersebut, maka persoalan-persoalan yang mengitari kajian ini dapat mengidentifikasikan sebagai berikut:

- Reinforcement teori rational emotive behaviour therapy* albert ellis
- Bimbingan Kelompok Meningkatkan percaya diri

⁸ Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: Rajawali Press

⁹ Yusuf Al-Uqshari. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta: Gema Insani. hlm. 13-14.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri.

2. Batasan Masalah

Mengingat permasalahan yang mengitari yang mengitari kajian ini. Seperti yang dikemukakan dalam identifikasi masalah di atas, maka penulis memfokuskan mengenai ***Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri.**

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: untuk mengetahui Bagaimana *Reinforcement Teori Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat yang ditinjau dari dua segi berikut ini :



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

a. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat bagi pengembangan ilmu pendidikan khususnya Bimbingan dan Konseling yang dapat digunakan sebagai bahan referensi dan dapat memberikan informasi teoritis maupun empiris, khususnya bagi pihak-pihak yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan ini.

b. Manfaat praktis

1) Bagi program studi bimbingan dan konseling:

Dapat digunakan sebagai bahan untuk mengembangkan pengetahuan serta bahan perbandingan bagi pembaca yang akan melakukan pengembangan, khususnya mengenai layanan konseling.

2) Bagi Peneliti

Mendapat pengalaman cara meneliti tentang *Reinforcement* Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri ?

3) Bagi Guru Bk

Menjadi bahan pertimbangan terhadap peserta didik yang mengalami rendahnya percayadiri dalam menggunakan *Reinforcement* Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

4) Bagi Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan

Sebagai informasi tentang *Reinforcement* Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri, bagi semua pihak yang membutuhkan.

5) Bagi Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Penelitian ini dapat menjadi informasi tentang *Reinforcement* Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* Albet Ellis dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri sebagai bahan bacaan dan kajian mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau khususnya program studi manajemen pendidikan islam konsentrasi bimbingan dan konseling.

BAB II KAJIAN TEORETIS

A. Kerangka Teori

1. *Reinforcement* teori *Rational Emotive Behaviour Therapy*

a. Pengertian Teknik *Reinforcement*

Rational Emotive behaviour Therapy yaitu salah satu pendekatan konseling yang digunakan untuk menangani klien dengan permasalahan yang disebabkan oleh pikiran-pikiran irasional yang timbul dalam diri seseorang yang akan menimbulkan masalah emosional.

Menurut Ellis, masalah emosional ini bisa timbul akibat pandangan hidup individu itu sendiri. Ellis menjelaskan bahwa pemikiran zig-zag yang timbul dari sikap memandang hidup dengan kerangka “harus” dan “wajib”. Sikap pandangan hidup tersebut merupakan bentuk dari keyakinan irasional yang akan mengarah pada rasa cemas atau depresi.¹⁰

Dalam teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* banyak menggunakan teknik terapi Behavioral terutama dalam memodifikasi perilaku-perilaku yang negatif dari klien dengan merubah akar-akar keyakinannya yang irasional dan logis. Beberapa teknik yang dapat digunakan salah satunya adalah teknik *reinforcement*. Teknik *Reinforcement* merupakan teknik yang digunakan untuk mendorong

¹⁰ John Mcleod, *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, (Jakarta: Kencana, 2015), hlm.151



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Yusril Kasim Riau

konseling kearah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) atau *punishment* (hukuman).¹¹

Reinforcement (penguatan) yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki berpeluang diulang karena bersifat disenangi. Menurut Skinner *Reinforcement* dapat terjadi dalam dua cara yaitu positif dan negative. Yang positif terjadi, ketika respon diperkuat (muncul lebih sering) sebab diikuti oleh kehadiran stimulus yang menyenangkan. *Reinforcement* positif memotivasi banyak tingkah laku sehari-hari. Seperti anda belajar keras karena mendapat nilai yang bagus, atau bekerja ekstra keras karena ingin memenangkan promosi. *Reinforcement* positif juga mempengaruhi perkembangan kepribadian. Respon-respon diikuti oleh hasil yang menyenangkan diperkuat dan cenderung menjadi pola kebiasaan bertingkah laku. Sementara *Reinforcement* negative terjadi ketika respon diperkuat (sering dilakukan), karena diikuti oleh stimulus yang tidak menyenangkan. *Reinforcement* ini memainkan peranan dalam perkembangan kecenderungan-kecenderungan untuk menolak (menghindar). Pada umumnya orang cenderung menghindari dari situasi yang kaku, atau masalah pribadi yang sulit.¹²

Beberapa contoh penguatan yaitu pujian, senyuman, persetujuan, medali dan hadiah lainnya. Pemberian penguatan positif dilakukan supaya klien dapat mempetahankan tingkah laku yang baru terbentuk.

 Mohammad surya, *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (konsep dan teori)*, (Bandung: Bhakti Winaya, 2004), hlm. 166
 Syamsu Yusuf LN. *Teori Kepribadian*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya.2011). hlm.130.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

a. Prinsip-prinsip Penerapan *Reinforcement*

Dalam menggunakan reinforcement (penguatan), konselor perlu memperhatikan prinsip-prinsip reinforcement antara lain:

- 1) Penguatan (*reinforcement*) tergantung pada penampilan tingkah laku yang diinginkan.
- 2) Tingkah laku yang diinginkan diberi penguatan segera setelah
- 3) tingkah laku tersebut ditampilkan.
- 4) Pada tahap awal, proses perubahan tingkah laku yang ingin diberi penguatan setiap kali tingkah laku tersebut ditampilkan.
- 5) Ketika tingkah laku yang diinginkan sudah dapat dilakukan dengan baik, penguatan diberikan secara berkala dan pada akhirnya dihentikan.
- 6) Pada tahap awal, penguatan sosial selalu diikuti dengan penguatan yang berbentuk benda.¹³

b. Hubungan *Reinforcement* (Penguatan) dengan Tingkah Laku

Adapun hubungan penguatan dengan tingkah laku antara lain:

- 1) *Reinforcement* diikuti oleh tingkah laku.
- 2) Tingkah laku yang diharapkan harus diberi reinforcement segera setelah ditampilkan.
- 3) *Reinforcement* harus sesuai dan bermakna bagi individu atau kelompok yang diberi reinforcement.

¹³ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), hlm.162.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Haacipta milik UIN Suska Riau

Star Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- 4) Pujian atau hadiah yang kecil tapi banyak lebih efektif dari yang besar tapi sedikit.¹⁴

c. Jenis-jenis *Reinforcement* (penguatan)

Terdapat tiga jenis reinforcement yang dapat digunakan untuk modifikasi tingkah laku, yaitu:

- 1) *Primary reinforce* atau *uncondition reinforce*, yaitu reinforcement yang langsung dapat dinikmati misalnya makanan dan minuman.
- 2) *Secondary reinforce* atau *condition reinforce*, pada umumnya tingkah laku manusia berhubungan dengan ini, misalnya uang, senyuman, pujian, medali, pin, hadiah, dan kehormatan.
- 3) *Contingency reinforcement*, yaitu tingkah laku tidak menyenangkan dipakai sebagai syarat agar anak melakukan tingkah laku menyenangkan, misalnya kerjakan dulu PR baru nonton TV, reinforcement ini sangat efektif dalam modifikasi tingkah laku.

d. Penerapan *Reinforcement* yang Efektif

Dalam menerapkan penguatan yang efektif, konselor perlu mempertimbangkan beberapa syarat, diantaranya adalah:

- 1) Memberikan penguatan dengan segera.
 - 2) Penguatan akan memiliki efek yang lebih bermakna bila diberikan segera setelah tingkah laku yang diinginkan dilakukan oleh konseli.
- Alasan pemberian penguatan dengan segera adalah untuk menghindari terdapat tingkah laku lain yang menyela tingkah

¹⁴ Ibid., hlm. 156



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

laku yang diharapkan. Dengan demikian, tujuan pemberian penguatan terfokus pada tingkah laku yang diharapkan.

- 3) Memilih penguatan yang positif
- 4) Mengatur kondisi situasional
- 5) Menentukan kuantitas penguatan
- 6) Memilih kualitas dan kebaruan pengaturan
- 7) Memberikan sampel penguatan
- 8) Menangani persaingan asosiasi
- 9) Mengatur jadwal penguatan
- 10) Mempertimbangkan efek penguatan terhadap kelompok
- 11) Menangani efek control kontrak.¹⁵

e. Langkah-langkah Pemberian *Reinforcement* (penguatan)

Adapun langkah-langkah penerapan reinforcement positif adalah sebagai berikut:

- 1) Mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC
 - a) *Antecedent* (prencetus perilaku)
 - b) *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan, frekuensi, intensitas, durasi)
 - c) *Consequence* (akibat yang diperoleh dari perilaku tersebut)
- 2) Memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan
- 3) Menetapkan data awal (*baseline*) perilaku awal

¹⁵ *Ibid.*, hlm. 164



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- 4) Menentukan reinforcement yang bermakna
- 5) Menetapkan jadwal pemberian reinforcement
- 6) Penerapan reinforcement positif.¹⁶

g. Jadwal Pemberian *Reinforcement* (penguatan)

Reinforcement (penguatan) dapat diberikan berdasarkan skedul yang bersifat berkelanjutan dan yang bersifat intermiten. Perkuatan berkelanjutan (*continius reinforcement*) memberikan suatu imbalan setiap kali timbulnya perilaku yang diinginkan.

- 1) Perkuatan secara berkelanjutan (*continius reinforcement*), diberikan setiap kali tingkah laku muncul, bila *reinforcement* dihentikan maka tingkah laku akan cepat hilang.
- 2) Penguat berselang-seling (*Intermitten Reinforcement*), yaitu diberikan berselang-seling yaitu:
 - a) Interval tetap (*Fixed Interval*): reinforcement diberi berselang teratur, misalnya setiap 5 menit. Lama-lama merpati enggan mematok/ mematok setelah 5 menit.
 - b) Interval berubah (*Variable Interval*): reinforcement diberikan dalam waktu tidak tentu, misalnya berselang 3, 4, 5, 6, dan 7 menit. Penghapusan lebih lambat dibandingkan interval tetap.
 - c) Perbandingan tetap (*Fixed Ratio*): reinforcement sesudah respon yang dikehendaki muncul kesekian kalinya, misalnya setelah patukan ke 10 atau ke 12, dan seterusnya.

¹⁶ Ibid., hlm. 164



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

d) Perbandingan berubah (*Variable Ratio*): reinforcement diberi secara acak sesudah 8, 9, 10, 11, 12 kali patukan dengan rata-rata sama dengan *Fixed ratio*. Penghapusan pada rasio variable paling lambat terjadi.¹⁷

2. Bimbingan kelompok

a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan salah satu cara untuk memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Tujuannya untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (peserta didik) dan secara khusus bimbingan kelompok ini bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku lebih efektif, yakni peningkatan komunikasi verbal ataupun non verbal terhadap individu.¹⁸

Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan dan konseling yang bisa digunakan untuk memperoleh topik bahasan melalui dinamika kelompok untuk menunjang pemahaman¹⁹

Bimbingan kelompok adalah proses membantu seseorang untuk memahami dirinya sendiri dan lingkungan nya dan kegiatan bimbingan kelompok berupa proses pemahaman diri dan lingkungan yang

¹⁷ Ibid., hlm. 166

¹⁸ Tohirin, *Loc. Cit* hlm 170-172

¹⁹ Hallen, *Op. Cit.*, hlm 86



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

dilakukan oleh satu orang atau lebih disebut kelompok.²⁰ Layanan bimbingan kelompok dimaksud adalah untuk memungkinkan peserta didik memperoleh berbagai bahan dari sumber terutama dari guru pembimbing yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari baik individu maupun sebagai anggota keluarga dan masyarakat.²¹

b. Asas-asas Layanan Bimbingan kelompok

1) Asas Kerahasiaan

Anggota kelompok harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain.

2) Asas Keterbukaan

Semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya

3) Asas Kesukarelaan

Semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh atau malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh pemimpin kelompok

²⁰ Winkel dan Astuti, *Bimbingan dan Konseling Di Instansi Pendidikan*, (Jakarta; Grasindo, 2004),

hlm 547
²¹ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2010), hlm 291



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

4) Asas Kenormatifan

Semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku.²²

c. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tujuan layanan bimbingan kelompok antara lain:

- 1) Mampu berbicara di depan orang banyak.
- 2) Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan.
- 3) Perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak.
- 4) Belajar menghargai pendapat orang lain.
- 5) Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya.
- 6) Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif).
- 7) Dapat bertenggang rasa.
- 8) Menjadi akrab satu sama lainnya.
- 9) Membahas masalah-masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

d. Manfaat Bimbingan Kelompok

Adapun manfaat bimbingan kelompok antara lain :

- 1) Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitar.
- 2) Memiliki pemahaman yang obyektif, tepat, dan cukup luas tentang hal yang mereka bicarakan.

²² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm 172



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- 3) Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal mereka bicarakan dalam kelompok.
- 4) Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik.
- 5) Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang mereka programkan semula²³

3. Percaya diri

a. Pengertian Percaya diri

Percaya diri berawal dari tekat pada diri sendiri, untuk melakukan segala sesuatu yang kita inginkan dan dibutuhkan dalam hidup. Percaya diri terbina dari diri keyakinan kita sendiri sehingga kita mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.²⁴ Percaya diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting bagi seseorang, tanpa adanya percaya diri seseorang akan menimbulkan masalah pada dirinya sendiri. Percaya diri merupakan atribut berharga pada diri seseorang karena percaya diri seorang dapat mengaktualisasikan potensinya. Percaya diri diperlukan baik seseorang anak maupun orangtua, secara individual maupun kelompok.²⁵ Menurut Zakiah Darajat percaya diri ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Orang yang percaya diri dapat mengatasi segala faktor dan situasi, bahkan mungkin frustrasi ringan tidak akan terasa

²³ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rhineka Cipta, 2002), hlm. 67

²⁴ Anggelis, Barbara, “ *Confiden Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*”, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm. 10

²⁵ M.Nur Ghufroon & Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, (Jakarta: Ar-Ruzz Media, 2012) hlm.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

sama sekali. Tapi sebaliknya orang yang kurang percaya diri akan sangat peka terhadap macam-macam situasi yang menekan.²⁶

Percaya diri merupakan faktor penting yang menimbulkan perbedaan besar antara sukses dan gagal. Kepercayaan dari membuat anda kembali tegar mengukuhkan semangat, dan dan menambah motivasi belajar kesuksesan. Percaya diri menurut Yusuf Al Uqshari adalah suatu kunci kesuksesan hidup individu. Karena tanpa ada percaya diri, individu tidak akan sukses berintegrasi dengan orang lain. Di samping itu tanpa adanya rasa percaya diri, individu tidak akan bisa mencapai keinginan karena prinsipnya percaya diri secara alami membuat aktifitas kerja, keberanian dan kreatifitas.

Menurut Thursan Hakim kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidup individu tersebut.²⁷ Menurut Lauster percaya diri merupakan sifat saling mempengaruhi satu sama lain, kepercayaan pada diri sendiri mempengaruhi sikap hati-hati, ketidak tergantungan, ketidak serakahan, toleransi dan cita-cita.²⁸ Menurut Supriyo percaya diri adalah perasaan yang mendalam pada bathin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu bermanfaat untuk dirinya, keluarga,

²⁶ Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Cv. Haji masagung, 2005), hlm 25

²⁷ Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Pustaka Swara, 2002), hlm 6

²⁸ Peter Lauster, *Tes Kepribadian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hlm 17



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

masyarakat, umatnya, dan agamanya, yang termotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif.²⁹

Rasa percaya diri adalah suatu keyakinan terhadap suatu aspek kelebihan yang di milikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang di miliki dalam mencapai tujuan yang telah di tetapkan. Kurangnya percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri dan orang-orang yang kurang percaya diri akan menjadi seorang pesimis dalam menhadapi tantangan, takut, ragu-ragu untul menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan, dan sering membanding-bandingkan diri dengan orang lain.

b. Ciri-ciri Percaya Diri

Menurut hakim ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi antara lain:

- 1) Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.
- 2) Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- 3) Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul didalam berbagai situasi.
- 4) Memiliki kondisi mentall dan fisik yang cukup menunjang penampilan.
- 5) Memiliki kecerdasan yang cukup.

²⁹ Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*, (Semarang: Niew Setapak, 2008), hlm 44



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- 6) Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- 7) Memiliki keahlian dan keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahsa asing.
- 8) Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- 9) Memiliki latar belakang pendidikan yang baik.
- 10) Memiliki keterampilan yang baik. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.³⁰

Menurut Santrock mengemukakan bahwa indikator perilaku negatif dan individu yang tidak percaya diri antara lain:

- 1) Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau mengakhiri kontak fisik
- 2) Merendahkan diri sendiri secara verbal, depresiasi diri.
- 3) Berbicara terlalu keras secara tiba-tiba, atau dengan suara yang datar.
- 4) Tidak mengepresikan pandangan atau pendapat, terutama ketika ditanya.

c. Jenis-Jenis Percaya Diri

Menurut anggelis ada tiga jenis kepercayaan diri yaitu kepercayaan diri yaitu :

- 1) Percaya diri tingkah laku adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas-tugas baik tugas-tugas yang

³⁰ Ibid., hlm. 42



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

paling sederhana hingga yang bernuasa cita-cita untuk meraih sesuatu.

- 2) Percaya diri emosional adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi.
- 3) Kepercayaan diri spritual adalah keyakinan individu setiap hidup ini memiliki tujuan positif dan keberadaannya kita punya makna.³¹

d. Aspek-aspek percaya diri

Aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri adalah:

- 1) Ambisi, merupakan dorongan untuk mencapai hasil yang diperlukan orang lain. Orang yang percaya diri cenderung memiliki ambisi yang tinggi. Mereka selalu berfikir positif dan berkeyakinan bahwa mereka mampu melakukan sesuatu.
- 2) Mandiri, individu yang mandiri tidak bergantung pada orang lain karena mereka mampu untuk menyelesaikan segala tugasnya dan tahan terhadap tekanan.
- 3) Optimis, individu yang optimis akan selalu berfikir positif, selalu beranggapan bahwa akan berhasil. Yakin dan dapat menggunakan kemampuan dan kekuatan secara efektif dan terbuka.
- 4) Tidak mementingkan diri sendiri, sikap percaya diri tidak hanya mementingkan kebutuhan pribadi akan tetapi selalu peduli terhadap orang lain.

³¹ Anggelis, Barbara, *Op. Cit.*, h. 15



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- 5) Toleransi, sikap toleransi selalu mau menerima pendapat dan perilaku orang lain yang berbeda dengan dirinya.³²

e. Faktor yang mempengaruhi percaya diri

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah:

1) Konsep diri

Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulan dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

2) Harga diri

Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri seseorang. Santoso berpendapat bahwa harga seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

3) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi factor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi factor menurunnya rasa percaya diri.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada

³² Muhammad Idrus & Anas Rohmiati, 2011, *Hubungan Kepercayaan Diri Remaja dengan Pola Asuh Orang Tua*, h 10, Dari Word Wide Web: <http://kajian. Uji.ac.id/wp-content/uploads/2011/HUBUNGAN-KEPERCAYAAN-DIRI-REMAJA-DENGAN-DR-M-IDRUS-DKK.pdf>, Diakses pada tanggal 29 Januari 2020 pukul 20:35 WIB.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat percaya diri yang lebih dibandingkan yang pendidikan rendah.³³

f. Cara menumbuhkan rasa percaya diri

Menurut Santrock ada empat cara meningkatkan rasa percaya diri, yaitu melalui: (1) mengidentifikasi penyebab dari rendahnya rasa percaya diri (2) dukungan emosional dan penerimaan sosial (3) prestasi (4) mengatasi masalah.³⁴ Sedangkan Lauster memberikan beberapa petunjuk untuk meningkatkan rasa percaya diri, yaitu:

- 1) Sebagai langkah pertama, carilah sebab-sebab mengapa individu merasa percaya diri.
- 2) Mengatasi kelemahan, dengan adanya kemauan yang kuat individu akan memandang suatu perbaikan yang kecil sebagai keberhasilan yang sebenarnya.
- 3) Mengembangkan bakat dan kemauan secara optimal
- 4) Merasa bangga dengan keberhasilan yang telah dicapai dalam bidang tertentu.
- 5) Jangan terpengaruh dengan pendapat orang lain, dengan kita berbuat sesuai dengan keyakinan diri individu akan merasa merdeka dalam berbuat sesuatu.

³³ Kumala Sari, *Hubungan Antar Konsep Diri dan Kepercayaan Diri pada Sales Promotion Pt Nutrifood Indonesia* vol2 No.2(2014) Dari Word Web <http://ejurnal.untag-sdmd.ac.id/index.php/MTV/article/view/593/1134>. Diakses pada tanggal 29 Januari 2020 pukul 20.15

³⁴ John W Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta:Erlangga, 2003). hlm. 37



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

- 6) Mengembangkan bakat melalui hobi.
- 7) Bersikap optimis jika kita diharuskan melakukan suatu pekerjaan yang baru kita ketahui.
- 8) Memiliki cita-cita yang realistis dalam hidup agar kemungkinan terpenuhi cukup besar.
- 9) Jangan terlalu membandingkan diri dengan orang lain.³⁵

B. Penelitian Relevan

Penelitian relevan adalah penelitian yang digunakan sebagai perbandingan dari menghindari memanipulasi terhadap sebuah karya ilmiah dan menguatkan bahwa penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum pernah diteliti oleh orang lain, penelitian yang terdahulu yang relevan dilakukan diantaranya sebagai berikut:

1. Mustofa Rifki, (2008). Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Malang dengan judul “ Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA almaarif Singosari Malang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh positif atau signifikan antara rasa percaya diri terhadap prestasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan $t_{hitung} = 3,15$ dan $t_{tabel} = 1,99$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$. Sedangkan nilai R^2 sebesar 0,113 berarti bahwa variabel bebas percaya diri (X) mampu menerangkan variabel terikat prestasi belajar (Y) sebesar 11,3% sedangkan sisanya sebesar 88,7% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian. Persamaan

³⁵ Peter Leuster, *Op.Cit.*, hlm. 24



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terletak pada permasalahannya meningkatkan percaya diri, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada teknik dan teori yang digunakan penelitian ini tidak menggunakan teknik *reinforcement* sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan teknik *Reinforcement*.

2. Fitriana, Mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatra Utara Medan dengan judul “ Peranan Guru BK Dalam membangun Kepercayaan Diri Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Di MAN Lubuk Pakam. skripsi Penelitian ini adalah kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan Bimbingan Kelompok penting dilaksanakan disekolah karena sesuai dengan berbagai kebutuhan siswa sendiri seperti mengembangkan dan mendorong kepercayaan diri siswa. sesuai dengan tujuan layanan Bimbingan Kelompok yakni mendorong siswa agar memiliki keberanian menyampaikan pendapatnya yang kemudian menghantarkan siswa mencapai keberhasilan belajar. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terletak pada permasalahannya tentang percaya diri, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada Bimbingan kelompok sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan teori *Rational Emotive Behaviour Therapy*.
3. Yurita Tiro. (2018). Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatra



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Utara Medan dengan judul “Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* melalui Layanan Konseling Individual Pada Siswa Kelas X SMK BM BUDISATRYA Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi awal tingkat kepercayaan diri siswa kelas X tergolong rendah dalam Pre-test dengan skor rata-rata kepercayaan diri siswa 53-59% dalam Siklus I dan di kategorikan Cukup baik (Sedang). Peningkatan kepercayaan diri dibuktikan dari hasil pemberian Layanan Konseling Individu dengan pendekatan REBT dalam Siklus II dan post-test atau pemberian angket kedua peningkatan kepercayaan diri saat dilakukannya post-test sebesar 79-81% (Sangat baik). Dari hasil per-test Siklus I serta post-test Siklus II dan pemberian Layanan Konseling Individu dengan pendekatan REBT menunjukan bahwa metode penelitian ini sangat efektif dan berpengaruh sekali dalam peningkatan kepercayaan diri siswa di SMK BM Budisatrya. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terletak pada permasalahan nya yaitu meingkatkan percaya diri, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan terletak pada layanan konseling individual.

4. Ainun Sakinah. Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan judul “*Rational Emotive Behaviour Therapy* dalam Menangani *Negative Thingking* dalam Perspektif *Positivisme Logis*” . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy* dapat menangani pemikiran yang negatif. Persamaan penelitian



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama membahas tentang *Rational Emotive Behaviour Therapy*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah terletak pada variabel masalah yang akan peneliti teliti yaitu meningkatkan percaya diri, peneliti terdahulu menggunakan perspektif *Positivisme Logis*.

5. M. Zainuddin. (2017). Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Role Playing* dan *Storytelling* untuk Meningkatkan Empati pada Siswa Sekolah Menengah Atas 5 Mataram”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan One way ANAVA layanan bimbingan kelompok menggunakan tekknik *role playing* dan teknik *storytelling* efektif dalam meningkatkan empati siswa ($F=16.145$; $p<0.01$). Persamaan penelitian Zainuddin dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok dalam pelaksanaan layanannya. Perbedaaan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada teknik nya yairu *reinforcement* sedangkan penelitian ini menggunakan teknik *role playing*, peneliti terdahulu membahas tentang empati, sedangkan peneliti membahas tentang percaya diri.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif karena medeskripsikan data-data dalam bentuk kata-kata dan bahasa (*Library Research*) atau kajian pustaka dengan menggunakan literasi yang ada diperpustakaan. Data-data yang diperoleh untuk bahan kajian penelitian berasal dari sumber-sumber yang ada diperpustakaan seperti buku-buku, ensiklopedia, jurnal-jurnal, majalah, surat kabar, dan dokumen serta informasi-informasi yang memiliki relvansi dalam ruang lingkup pembahasan.³⁶

B. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian kajian pustaka berasal dari literatur yang ada diperpustakaan. Sumber data diklasifikasikan menjadi sumber data primer dan sumber data sekunder.³⁷

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah data-data yang diperoleh langsung dari sumber pertama.³⁸ Dengan hal ini peneliti memperoleh sumbernya langsung dari :

³⁶ Sofyan A.P Kau, *Metode Penelitian Hukum Islam Penuntun Praktis untuk Penulisan Skripsi dan Tesis*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2013), hlm. 154-155.

³⁷ Emzir, *Analisis Data: Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010), hlm. 64

³⁸ *Ibid.* hlm. 30



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Andi Mappiare, (2011). *Pengantar Konseling dan Psikologi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- b. ----- (2010) *Pengantar Konseling dan psikoterapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- c. Gantina Komalasari. 2016. *Teori dan Teknik Konselinng*. Jakarta: PT Indeks
- d. Albert Ellis dan Dryden, 1997*The Partice of Rational Emotive Behaviour Therapy*, (New York: Springer Publishing Company,
- e. Albert Ellis, *Rational Psychotherapy and Individual Psychology*, *Journal of Individual Psychology*, Vol.7, No. 14, 1958
- f. Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (berbasis integrasi)*. Jakarta: Rajawali pres.

2. Sumber Data Skunder

Sumber data sekunder adalah data-data yang diperoleh dari buku-buku, dan jurnal yang merupakan data pendukung.³⁹ Dalam hal ini peneliti mendapatkan sumbernya tidak secara langsung melainkan dari buku-buku dan jurnal antara lain:

- a. Emria fitri, dkk.” Jurnal pendidikan indonesia: profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi
- b. Bradley T. Erford, (2016) *40 Teknik yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar

³⁹ Etta Mamang Sangaji dan Sopiah, *Metodologi Penelitian: Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, (Yogyakarta: C.V. Andi, 2010), hlm 190.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- c. Mohammad surya, (2004) *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (konsep dan teori)*, Bandung: Bhakti Winaya
- d. Syamsu Yusuf, (2016) *Konseling Individual*, Bandung: Refika Aditama.

C. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan, maka dalam penelitian ini peneliti memperoleh sumber data dari literatur perpustakaan dengan menggunakan analisis deskriptif. Proses pencarian data dengan mencari literatur yang berhubungan dengan pokok pembahasan masalah, kemudian di baca, dianalisa dan disesuaikan dengan penelitian yang akan dibahas. Selain itu, diklasifikasikan sesuai dengan kebutuhan dan menurut kelompoknya masing-masing secara sistematis, sehingga mudah untuk memberikan penganalisaan.⁴⁰

D. Teknik Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Miles dan Huberman menyatakan bahwa teknik analisis data dilakukan dengan cara *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing* atau *verification*.⁴¹

Adapun langkah-langkah analisis data menurut Miles dan Huberman adalah sebagai berikut:

⁴⁰ Moh. Kairan, *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, (Yogyakarta: UIN Maliki Press, 2010), hlm. 352.

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2016), hlm. 246.



1. Data Reduction

Mereduksi data sama dengan meringkas dan mencari hal yang penting, selanjutnya memfokuskan pada hal-hal yang penting. Peneliti melakukan reduksi data dengan memerlukan keterampilan yang baik agar data yang telah direduksi memberikan gambaran yang jelas.⁴²

2. Data Display

Penyajian data dalam penelitian kualitatif bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar katagori, *flowchart* dan sejenisnya. Miles dan Huberman menyatakan “*the most frequent from of display data for qualitative research data in the past has been narative text*”. Yang paling sering untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.⁴³

3. Conclusion Drawing atau Verification

Mile dan Huberman menyatakan bahwa dalam langkah ini adalah penarikan kesimpulan dan data verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang ditemukan pada tahap awal, didukung oleh bukti yang valid maka kesimpulan yang dikemukakan adalah kesimpulan yang kredibel.⁴⁴

⁴² Ibid. hlm. 247

⁴³ Ibid. hlm. 249

⁴⁴ Ibid. hlm. 252



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian ini juga menggunakan analisis data induktif-deduktif.

Peneliti menyajikan data-data yang bersifat khusus, selanjutnya dianalisa dan disimpulkan untuk menjadi data yang bersifat umum.⁴⁵



⁴⁵ Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 40

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis yang peneliti kemukakan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk meningkatkan percaya diri dalam konseling

Meningkatkan percaya diri secara masif teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* tidak memberikan definisi tentang percaya diri, tetapi dari konten dan penjelasan teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* menunjukkan adanya tanda-tanda untuk meningkatkan percaya diri

Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* memandang, bahwa pemikiran yang irasional terbentuk melalui proses kehidupan dan belajar yang tidak logis seperti kurang termotivasi, suka menyendiri dan tidak sempurna dalam mengerjakan tugas.

2. Proses teori konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* terhadap percaya diri

Secara definisi Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* tidak membahas percaya diri, tetapi teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* berupa teori ABCDE mengemukakan bahwa kegiatan individu mengakibatkan kurang percaya diri disebut dengan A (*activity event*) individu yang kurang percaya diri akan menimbulkan pemikiran yang irasional yang disebut dengan B (*belief*) adanya pemikiran yang irasional



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menimbulkan konsekuensi C (*Consequences*) individu terhadap kurangnya percaya diri yang di alaminya, kemudian memunculkan D (*disputing*) yaitu pertentangan antara pemikiran yang irasional dengan pemikiran rasional. Selanjutnya memberikan E (*effect*) atau dampak yang bertentangan dengan pemikiran yang irasional pada individu yang mengalami kurangnya percaya diri, efek ini merupakan kognitif atau perilaku.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah di uraikan, beberapa saran yang penulis ajukan yaitu:

1. Kepada peserta didik agar selalu berfikir positif, yakin dengan potensi yang dimiliki, jangan takut mencoba dan mengembangkan potensinya dengan terus menjaga perilaku yang positif.
2. Sebagai konselor dan guru bimbingan konseling dapat merubah pemikiran irasional menjadi rasional individu dan peserta didik melalui tahapan-tahapan teknik *reinforcement*.

UIN SUSKA RIAU



DAFTAR PUSTAKA

Al-Quran dan Terjemahnya, Diponegoro, Bandung.

Anggelis, Barbara, 2003. *Confiden Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Andi Mappiare, (2011). *Pengantar Konseling dan Psikologi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

----- (2010) *Pengantar Konseling dan psikoterapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Albert Ellis dan Dryden, 1997 *The Partice of Rational-Emotive Behaviour Therapy*, (New York: Springer Publishing Company,).

Albert Ellis, 1958 *Rational Psychotherapy and Individual Psychology, Journal of Individual Psychology*, Vol.7, No. 14,.

Bradley T. Erford, (2016) *40 Teknik yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Depdiknas. 2003. UU Nomor. 20 tentang Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdinas

Dewa Ketut Sukardi. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rhineka Cipta.

Ellis Albert, 2007 *Terapi R-E-B (terjemahan mahyuddin)* , Jakarta:Bentang Pustaka

Emzir, (2010) *Analisis Data: Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Etta Mamang Sangaji dan Sopiah, (2010) *Metodologi Penelitian: Pendekatan Praktis dalam Penelitian*, Yogyakarta: C.V. Andi

Emria fitri, (2018) dkk.” Jurnal pendidikan indonesia: profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang mempengaruhi”, universitas negeri padang, vol. 4 no. 1- ISSN 2502-8103.

Gantina Komalasari. 2016. *Teori dan Teknik Konselinng*. Jakarta: PT Indeks

Gino, dkk,(2000) *Belajar dan Pembelajaran 1*, Surakarta: UNS Press



Gerald Corey, 2013 *Teori dan praktek konseling & psikoterapi*, Alih bahasa E. Koswara Bandung: FT Refika Aditama.

Hallen A. (2002). *Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam*. Jakarta : Ciputat Pers.

John Mcleod, (2015) *Pengantar Konseling Teori dan Studi Kasus*, Jakarta: Kencana

John W Santrock, (2003) *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta:Erlangga

Kumala Sari. 2014. *Hubungan Antar Konsep Diri dan Kepercayaan Diri pada Sales Promotion Pt Nutrifood Indonesia* vol2 No.2. Dari Word Webhttp://ejurnal.untag-sdmd.ac.id/index php/MTV/article/view/593/1134. Diakses pada tanggal 29 Januari 2020 pukul 20.15

Mardiya Hayati, (2009) *Desain Pembelajaran Panduan Praktis Bagi Para Guru*, Pekanbaru: Yayasan Pusaka Riau

M.Nur Ghuftron & Rini Risnawati S. 2012. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media

Muhammad Idrus & Anas Rohmiati,2011, *Hubungan Kepercayaan Diri Remaja dengan Pola Asuh Orang Tua*, h 10, Dari Word Wide Web: <http://kajian.Uji.ac.id/wp-content/uploads/2011/HUBUNGAN-KEPERCAYAAN-DIRI-REMAJA-DENGAN-DR-M-IDRUS-DKK.pdf>, Diakses pada tanggal 29 Januari 2020 pukul 20:35 WIB.

Muhammad Surya, (2003) *Teori-teori Konseling*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy

Mohammad surya, (2004)*Dasar-Dasar Konseling Pendidikan (konsep dan teori)*, Bandung: Bhakti Winaya

Moh Uzer usman.(2005) *Menjadi Guru Profesional*. Bandung : Remaja Rosdakarya.

Moh. Kairan, (2010) *Metodologi Penelitian Kuantitatif-Kualitatif*, Yogyakarta: UIN Maliki Press

Namora Lumongga Lubis, (2011), *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Ngalim purwanto,(2004) *psikologi pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya

Pupuh Fathurrohman dkk.2013. *Pengembangan Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Refika Aditama.



- Peter Lauster. 2006. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Supriyo, (2008) *.Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*, Semarang: Niew Setapak
- Saifudin Azwar, (2010) *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Syamsu Yusuf, (2016) *Konseling Individual*, Bandung: Refika Aditama
- Sofyan A.P ,(2013) *Metode Penelitian Hukum Islam Penuntun Praktis untuk Penulisan Skripsi dan Tesis*, Yogyakarta: Mitra Pustaka
- Samsul Munir. 2010. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta
- Syamsu Yusuf L.N 2011. *Teori Kepribadian*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Thursan Hakim. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta: Rajawali Press
- Wayan Dharmayana dkk,(2017) *Efektivitas Penerapan Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Menghilangkan Kecemasan pada Klien*, Padang, Prosiding| Semarak 50 tahun Jurusan BK FIP UNP Seminar Konseling & Talkshow Nasional hlm 6-7
- Winkel dan Astuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Yusuf Al-Uqshari. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta: Gema Insani
- Zakiah Drajat, (2005) *Kesehatan Mental*, Jakarta: Cv. Haji masagung



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H. R. Soebrantas No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 561647
Fax. (0761) 561647 Web. www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

Un.04/F.II.4/PP.00.9/947/2021

Pekanbaru, 07 Juli 2021

Biasa

Pembimbing Skripsi

Kepada

Yth. Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dengan hormat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau menunjuk Saudara sebagai pembimbing skripsi mahasiswa :

Nama : Abdullah Al Mubarak
NIM : 11613102869
Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam
Judul : REINFORCMENT TEORI RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR
THERAPY ALBERT ELLIS DALAM LAYANAN KONSELING
UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI
Waktu : 3 Bulan terhitung dari tanggal keluarnya surat bimbingan ini

Agar dapat membimbing hal-hal terkait dengan Ilmu Manajemen Pendidikan Islam dengan Redaksi dan teknik penulisan skripsi, sebagaimana yang sudah ditentukan. Atas kesediaan Saudara dihaturkan terima kasih.

Wassalam

an Dekan
Wakil Dekan I
KEMENTERIAN AGAMA
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU
Alimuddin, M.Ag
NIP. 19660924 199503 1 002

usan :

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau



<p>Nama Mahasiswa Nomor Induk Hari/Tanggal Judul Proposal</p>	<p>No</p>	<p>Dr. Amir Rini Sety</p>
---	------------------	----------------------------------

: Abdullah Al Muharak

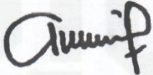

: 11613102869

: Senin, 14 Agustus 2020

: Efektivitas teknik reinforcement dalam konseling kelompok


untuk meningkatkan percaya diri siswa dalam belajar di madrasah Aliyah pondok pesantren madrasah tathiyah islamiyah tg.berulak Kampor

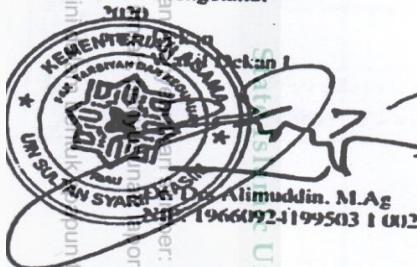
: Proposal ini sudah sesuai dengan masukan dan saran yang
Dalam Ujian proposal

No	NAMA	JABATAN	TANDA TANGAN	
			PENGUJI I	PENGUJI II
1	Dr. Amirah Diniaty, M.Pd., Kons	PENGUJI I		
2	Rini Setyaningsih, M.Pd	PENGUJI II		

Pekanbaru, 10 September

Perserta Ujian Proposal


Abdullah Al Mubarak
NIM. 11613102869



University of Sultan Syarif Kasim Riau



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم

FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Alamat : J. H. R. Soebrantas Km. 15 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 7077307 Fax. (0761) 21129

**KEGIATAN BIMBINGAN MAHASISWA
SKRIPSI MAHASISWA**

1. Jenis yang dibimbing : Skripsi
 - a. Seminar usul Penelitian :
 - b. Penulisan Laporan Penelitian :
2. Nama Pembimbing : Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd
 - a. Nomor Induk Pegawai (NIP) : 19650715 199402 1 001
3. Nama Mahasiswa : Abdullah Al mubarak
4. Nomor Induk Mahasiswa : 11613102869
5. Kegiatan : Bimbingan

No	Tanggal Konsultasi	Materi Bimbingan	Tanda Tangan	Keterangan
1	14/8/2020	Perbaikan proposal setelah seminar	<i>[Signature]</i>	
2	15/9/20	Teori 2 dan pemilihan pustaka	<i>[Signature]</i>	
3	20/10/20	Cara penelitian lapangan	<i>[Signature]</i>	
4	4/1/21	ACC ke pustaka / Lapangan - try teori?	<i>[Signature]</i>	
5	3/3/21	Data lapangan & analisis	<i>[Signature]</i>	
6	27/6/21	Kontrol data lapangan	<i>[Signature]</i>	
7	5/7/21	Kontrol akhir & ACC manuscript	<i>[Signature]</i>	

Pekanbaru, 5 Juli 2021
Pembimbing,

[Signature]
Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd
NIP. 19650715 199402 1 001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
كلية التربية والتعليم
FACULTY OF EDUCATION AND TEACHER TRAINING

Jl. H. R. Soebrandt No.155 Km.18 Tampan Pekanbaru Riau 28293 P.O. BOX 1004 Telp. (0761) 561647
Fax. (0761) 561647 Web. www.ftk.uinsuska.ac.id, E-mail: eftak_uinsuska@yahoo.co.id

UIN SUSKA RIAU

nor
t
ip.

Un. 04/E.II.4/PP.00.9/4098/2019

Pekanbaru, 04 Maret 2019

Biasa

Mohon Izin Melakukan PraRiset

Kepada

Yth. Kepala Sekolah

MA PP MTI TG, BERULAK, KAMPAR

di

Tempat

Assalamu'alaikum warhmatullahi wabarakatuh

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberitahukan kepada saudara bahwa :

Nama : Abdullah Al Mubarak
NIM : 11613102869
Semester/Tahun : VI (Enam)/ 2019
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

ditugaskan untuk melaksanakan riset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan penelitiannya di Instansi yang saudara pimpin.

Sehubungan dengan itu kami mohon diberikan bantuan/izin kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

an. Dekan
Wakil Dekan III

Dr. Drs. Nursalim, M.Pd
NIP. 19660410 199303 1 005

Hak cipta dilindungi Undang-Undang. Dilarang mengutip atau menyalin sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun untuk tujuan komersial atau untuk tujuan lain yang memerlukan izin. Dilarang mengutip atau menyalin sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun untuk tujuan komersial atau untuk tujuan lain yang memerlukan izin. Dilarang mengutip atau menyalin sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun untuk tujuan komersial atau untuk tujuan lain yang memerlukan izin.

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya tanpa izin dari penerbit atau penyalur.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Abdullah Al Mubarak, Lahir di Desa Tanjung Berulak Kamapar Airtiris pada tanggal 24 April 1998. Dari pasangan Dr. Drs. Zulkifli M.Ed dan Arnizar. Anak ke 2 dari tujuh bersaudara. Dengan saudara Kandung bernama Aisyah Ashshalihah, S.Pd, Muhammad Zaki Al-Asraf, muhammad Fadhil, Nurul Izzah munirah, Muhammad Arif Hakim, Muhammad Azzam Asyasyauqi. Penulis Menyelesaikan Pendidikan di Sekolah Dasar 007 kabun Desa Limau manis tahun 2010, pada tahun itu juga penulis melanjutkan pendidikan di Madrasah Tsanawiyah PPMTI Tg.berulak dan tamat pada tahun 2013, Kemudian melanjutkan di sekolah Madrasah Aliyah PPMTI Tg.Berulak juga karena di PPMTI Tg.Berulak mempunyai lembaga pendidikan untuk Madrasah Tsanawiyah Dan Aliyah dan selesai pada tahun 2016.